

第26回ねりまシニアセミナー開催

第26回ねりまシニアセミナーが5月12日に開催されました。今年は幹事会からの提案などがあり、従来のセミナーから大きく改善をしました。会場を石神井公園駅前の区民交流センターから練馬駅前のココネリへ。セミナー終了後の交流会も参加者は無料とし、全体の時間も1時間短縮し、17時に終えるようにしました。その結果セミナー参加申込者が49名まで膨らみましたが、セミナー実参加者は38名と、11名の不参加者が出たのは反省材料です。

2回の準備会を経て17名の同期会が発足出来ました。セミナー委員の皆さまと、特に幹事を担当いただいた「Cool 30」の奮闘に感謝申し上げます。

ねりまシニアセミナー委員会世話役
井上隆雄

基調講演
講師
藤原佳典氏



新同期会 Rei 1 (ライワン) 挨拶

2019年度の同期会として「Rei 1」が6月16日に発足いたしました。会の名称は令和1年を祝して決めました。会員数は17名と小さな会としてのスタートですが、「趣味や娯楽を楽しむだけでなく、社会に貢献できる活動をしたい」という、心優しい方の多い会です。

とは言え、いきなり社会貢献活動は難しいので、取り敢えず、会員各個人が心身共に健康な状態を維持、増進させることで家族や周囲の人に負担をかけない、「間接的・社会貢献活動」を実行してゆくとします。こうした趣旨での活動を重ねた後、子供達や社会的弱者のためのボランティア活動といった「直接的・社会貢献活動」を目指してゆく、そうした会の実現を目指してゆきます。

準備会議の段階で既に32も活動案が出て来る多士済々の会ですので、今後の活動を楽しみにしております。
ごじやんごっぺ。

Rei 1 会長 清水 隆博



グループトーク



交流会

サマーフェスティバル開催

今年度のサマーフェスティバルは、8月3日(土)午後1時30分〜4時30分 練馬区立区民産業プラザ(ココネリ) ココネリホール(練馬駅北口徒歩1分)で開催されます。
各会で誘い合わせて参加し、楽しいひとときを過ごしましょう。

山本NSN初代会長追悼

山本初代会長は、ねりまシニアネットワーク（NSN）を創設され、その発展に尽されると共に、地域の活動に貢献されたので、その業績を偲びます。



【NSN関係】

1992年(平成4年) ねりまシニアクラブ発足

1993年(平成5年) 第1回ねりまシニアセミナー開催

1996年(平成8年) ねりまシニアネットワーク（NSN）の発足

※主なNSNの行事

2003年(平成15年) 第1回サマーフェスティバル開催

2005年(平成17年) 会報/NSN創刊号発行

2006年(平成18年) 第1回バス旅行（2013年終了）

2008年(平成20年) 第1回チャリティ・クリーンウオーク（2017年終了）

2010年(平成22年) 第1回講演会開催

2011年(平成23年) 第1回ついのすまい研究会開催（セカンドライフ研究会として継続）



2018年
サマーフェ
スティバル
挨拶

【地域の活動】

① NPOシニアふれあいねりま設立（2001年）

外出支援（運転ボランティア）、住宅改修、子育て支援等の部門を持ち、地域で必要とされる支援を行う組織を設立して、現在も活動中。

② ボランティア活動推進

- ・福祉施設のイベントの協力等
- ・男性料理教室(5団体)の設立支援
- ・高齢者配食サービス … 等 多数



← 山本初代会長

ねりまシニアクラブ25周年事業

東京湾クルージング 2017年5月

山本初代会長は 毎回ねりまシニアセミナーで、その信念を述べられたので、ねりまシニアセミナーのテキスト巻頭言を掲載します。

ねりまシニアネットワーク（NSN）は、セカンドライフ時代を迎えた元気なシニアの集りです。

セミナー参加者が同期会を作ります。

ねりまシニアネットワーク（NSN）は、「地域での仲間づくり」とその活動を支援する組織です。その中心となる事業が、ねりまシニアセミナーです。セミナーの目的は、仕事・子育てを終え、自らのセカンドライフを充実させたいと願う方々に、地域でのセカンドライフを考えると共に、これからの活動を共にできる「仲間づくり」の機会を提供することです。

セミナー終了後、参加者による「同期会」結成のお手伝いをします。

こうして生まれた新同期会は、趣味の会や老人会とは異なり、メンバーのさまざまな個性や嗜好が生かされる、「地域」での活動の足場となるものです。

山本NSN初代会長追悼

【追悼座談会(敬加)】

NSN創設当初から山本初代会長を良く知る方々に思い出を語って頂いたので、その要旨を記します。(令和元年の月10日)

【参加者】敬称略(文中表記)

ねりまシニアクラブ・綿貫(W)

睦会・渋井(S)・横山(Y)

四季会・桑原(K)ねりまシニアクラブにも在籍



※山本初代会長の印象

(W)区報を見て10名程が参加し会を作ったが、山本さんは当初会長でなく、裏方として組織づくりや運営をすべて行われる方だった。

(K)四季会入会と同時にシニアクラブにも入ったが、シニアクラブの運営・行事企画だけでなく、ボランティア活動や男性料理教室の立ち上げ等、次々に新たな企画を打ち出される素晴らしい方だと思った。

(Y)山本さんは人脈が広く、また人を活用するのがうまい。山本さんに頼まれると嫌とは言えない。一時期、社協の評議員もされ表彰されたように、NSN以外にも沢山の活動をされた。(S)区役所から勉強会等の誘いがあると誰かを行かせる。人を育てることを考える方だ。

※シニアクラブでの活動

(W)始めの活動は歩こう会だったが、高齢者の弁当配食を私が提案し、山本さんも積極的に関わった。後に歩こう会が高齢化して参加が少なくなると、山本さんはグルメの会を提唱して自分ですべて調べ、毎回の企画を最後までされた。

(K)カメラのクラブやパソコン教室も提唱され、活動された。また、お酒が飲めないのに二次会にも欠席されたことがなく、最後まで参加された。

(Y)10周年記念誌を企画されて表に出ず、原稿集め・編集・製本までされたのは真似できない。

※NSNとの関わり

(W)山本さんはNSNに熱意を持って関わったがシニアクラブとしては乗り気でなく、大変だったと思う。積極的に協力したのは桑原さんだけだったし、今思えば歯きりしていたかもしれない。

※ボランティア活動

(K)施設のイベントのお手伝いを提唱され、よく行った。NPOシニアふれあいねりまを創設された時には、私も子育て支援の部門で活動した。男性も料理ができないと自立できないかと思いから、NSNの会員も巻き込んで、五つの男性料理教室を次々に作られ、今もそれぞれ活動している。

【奥様インタビューの一部】

山本NSN初代会長の奥様にお話を伺いましたのでその一部を記します。(令和元年6月12日(土)自宅)



60歳で退職してから、区民農園で野菜作りや料理を楽しみ、家でも週2回の夕食当番を言い出してくれました。イタリアンや中華が好みだったので、作るのは具沢山の鍋物が多く、またハンバーグや鶏肉ソテーのソースも美味しかったです。外食にもよく誘ってくれました。趣味は、俳句・カメラ・旅行・音楽鑑賞と幅広く、俳句はサンデー毎日に投稿していました。

好奇心が強く凝り性で、独学で情報収集のため読書量も多く、電話で尋ねてもいました。食事でも旅行でも何でも良く調べて、みんなに喜んでもらうのが張り合っていたのです。脊椎管狭窄症の運動療法としてベッドは使わず、布団で毎朝晩40分くらい体操をしていました。また近年はジムに通ったり、購入した健康器具で足の筋力を維持しておりました。

最近では歳相応に物忘れが多くなり、みなさまにご迷惑をおかけしているのではないかと案じておりました。顔は恐ろしくですが優しく、怒られたことがありません。尊敬できる人と一緒になって良かった、結婚はアタリだったと思っています。

オープン参加行事のご案内など

【睦会20周年記念バス旅行】

「令和」に改元された風薫る5月13日(月)、新年度初めてのイベントは、千葉南房総への日帰りバス旅行を楽しみました。



補陀落山千手院那古寺山門



昼食処

早朝7時、西武池袋線 練馬高野台駅前広場に集合、一行15人(うち2名はオープン参加のNSN会員)は貸し切りバスで出発しました。一路目的地の千葉へ。川崎から東京湾アクアラインへ、潮風に吹かれ疾走。10時過ぎ目的地の補陀落山千手院那古寺に到着。養老元(717)年、僧行基の開山といわれ真言宗智山派、板東三十三番霊場 奈古観音として名高い古刹です。鶯が囀っていました。参詣後、富浦の昼食処「山傳丸」へ。新鮮な海の幸がたっぷり盛りられ、お酒も美味しくて程よく酩酊。道の駅・富浦枇杷倶楽部で、「びわ狩り」を体験。富浦は房州枇杷の特産地で、皇室にも献上しています。

帰路はスムーズに走って午後4時帰着。バス旅行ならではのアット・ホームなまとまりで、楽しい一日がアツという間に過ぎていきました。(西島記)

【定例行事】

☆ナンプレ(数独)同好会

初めての方には簡単なやり方の説明をさせていただきます。

(日時) 毎月第1金曜日13・30～14・30
(場所) 練馬高野台駅前地域集会所
(会費) 100円(資料代)
(問合せ) 四季会 桑原 ☎(03)6990-4350

☆NSN歌声交流カフェのご案内

昔歌った愛唱歌・童謡・抒情歌をCDの曲をベースに、みんなで歌って楽しむ集まり
(日時) 偶数月第3木曜日14・00～16・00
(会場) 練馬高野台駅前地域集会所
(会費) 無料 登録不要 先着25名様
(問合せ) ねりまシンシアクラブ
桑原 ☎(03)6990-4350

☆ユーモアサークル

3分間スピーチで、ユーモア感覚を会得
(日時) 奇数月第4月曜日14・00～17・00
(場所) 練馬高野台駅前地域集会所
(会費) 300円(当日参加者)
(申込) 新エルフ内藤 ☎(03)7660-2815

☆ミニフリッツを楽しむ会(四水会)

コントラクトフリッツの前半(オークシオン)を省略・簡単にしたミニフリッツの会
(日時) 毎月第4水曜日 14・00～16・30
(場所) 男女共同参画センター
エー303階 研修室
(会費) 無料
(申込) ひこみ会 角地 ☎(03)69048005



【NSN定例運営連絡会 開催メモ】

▼R1年5月25日(土) 14:00～16:00
▼R1年6月22日(土) 14:00～16:00
各委員会連絡確認事項

- ・シニアセミナー・講演会・会報
- ・サマーフェスティバル
- ・セカンドライフ研究会

【会報について】

会報/NSNの編集委員、大募集！
編集会議に参加して、改めて驚いた。

NSNの各会を繋ぐうえで大きな役割を果たしているこの「会報/NSN」は、丸山さん始め編集委員のみさんの熱心な作業なしには、絶対に出来ない。長年、遣り甲斐をもって担当いただいていることには感謝しかないが、そろそろ新たな人材に編集委員会に参加してもらい、会報編集のノウハウを少しずつ伝承していかないと、遠くない将来、大変なことになりそうだ。

NSNの各会には、様々な経験を積み、好奇心旺盛な人材がたくさんおられるので、会報の編集等に携わってみようと思う方もきっといるだろう。どうですか？あなたのアイデアと隠れた能力をここで活かしてみませんか？
トントンねのま 武藤 哲

【編集後記】

今号は山本初代会長の追悼号として、その業績と人徳を偲びました。あらためてこのNSNを作り上げられたことに感謝すると共に、さらにNSNを発展させるよう、会員みんなできめる機会にしたいと思います。(O山)